


ひにち	こんだて	赤(あか)	緑(みどり)	黄(き)	調味料 等
		おもに体をつくるもとになる食品	おもに体の調子を整えるもとになる食品	おもにエネルギーのもとになる食品	
1(火) 	とりのまーまれーどやき	味噌・鶏肉			マーマレード
	がんもとこんさいのにも	がんも	人参・いんげん・大根	こんにやく	
	みそしる	味噌	季節の野菜		
8(火) 	さわらのかばやき	鯖		片栗粉	
	ぼてとさらだ		人参・コーン・青菜	じゃが芋・マヨドレ	こしょう
	みそしる	味噌	季節の野菜		
10(木) 	ちきんのとまとに	ひよこ豆・鶏肉	人参・トマト缶・しめじ・玉葱	片栗粉・じゃが芋	にんにく・生薑・コンソメ・こしょう・ケチャップ
	いんげんとにんじんのつなあえ	ツナ	いんげん・人参		
	とうにゅうすーぷ	味噌・豆乳	季節の野菜		コンソメ
22(火)  	にんじんごはん	ツナ	人参	胚芽米	
	さばのしおやき	鯖			
	ごもくまめ	大豆・鶏肉	人参・切り昆布・牛蒡	こんにやく	
	りんごかんてん		イナアガー・りんごジュース		
24(木) 	なっとうばーぐ	納豆・豆腐・豚肉・鶏肉・味噌	ねぎ・人参・玉葱		生姜・にんにく
	はるさめまよさらだ	ツナ	人参・青菜・コーン	マヨドレ・春雨	こしょう
	みそしる	味噌	季節の野菜		
29(火) 	すどり	鶏肉	いんげん・人参・しめじ・玉葱	片栗粉	米酢・にんにく・生薑・ケチャップ
	つなとだいこんのさらだ	ツナ	人参・ブロッコリー・大根	マヨドレ	こしょう
	みそしる	味噌	季節の野菜		

※旬の食材を使用しておりますので、メニューが変更する場合がございます。ご了承いただけますと幸いです。

※砂糖・みりん・酒・塩・醤油の表記は省略しております。

☆青菜は、キャベツ、白菜、小松菜、ほうれん草、水菜を含みます。

このマークの日はスプーンを持参してください。

※マヨドレ=卵を使用していないアレルギー対応のマヨネーズです。

☆魚は、ホキ・鱈・カレイのいずれかとなります。

※主食の表記が無い日は【胚芽米ごはん】となります。

◎お弁当箱・おわんをお子さまに、お持たせください。
忘れても、貸し出しはいたしません。代替の物を購入していただきます。



おれんじや インスタあります!!
Instagram URL <https://www.instagram.com/orenjiyakusyoku/>
おれんじや HPIにもリンクが貼ってあります♪ ぜひご覧ください。

